

國立臺北大學赴外交換生心得報告書

交換之姊妹校：____南京大學____ 交換於__112__學年度 第__2__學期

填表人： 潘○○	性別： 女	原屬系所： 金融與合作經營系
交換校名:南京大學 所： 社會學院		交換期間:自民國_112_年__2_月_12_日 至民國_112_年_6_月_22_日
居住處： <input checked="" type="checkbox"/> 宿舍 <input type="checkbox"/> 校外租賃		住宿費每 (<input checked="" type="checkbox"/> 學期 <input type="checkbox"/> 月) : rmb_700_ 元
搬入時宿舍內已有設備 (請列出)： 床 冷氣 椅子 櫃子		
建議另行添購或攜帶物品(ex:衣物、生活用品、化妝品、保健藥品等)： 床上用品 衛浴用品 個人盥洗衣物		
除繳交臺北大學全額學雜費，在交換學校額外繳交之費用名稱及真實金額：(如食宿費、保險費、網路費、學生活動費等，請務必詳列)		
名稱	金額 (NTD)	備註
EX:社團費	xxxx 元/x 個月	以下自行刪減，並解釋該校如何計算此費用
宿舍費	700	
校園網路	20	
空調使用權	100	
水電費	0	
手機費	300	
交通費	100	
其他		
每月基本生活費預估： (僅 最低 生活所需費用，不含娛樂及文教費用) 細項(以月為單位) 伙食費：NTD__3000__元 (校內食堂) 通勤費：NTD__100__元(從宿舍至學區) 宿舍費：NTD__0__元水電及電信等雜費：NTD__300__元必要教材書籍費用：NTD__300__元其他：NTD_____元		有無取得獎助學金補助： <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無(以下免填寫) 獎助學金名稱與或補助金額：名稱：金額：
建議第一次入國所需攜帶金額：NTD __10000__ 元 (簡單解釋原因:如跨國匯款手續費高昂等) 開戶之後匯款方便，若有親戚在大陸更方便用微信或支付寶就可以轉帳了。		

國立臺北大學赴外交換生心得報告書

機場至學校之交通方式：

校方派員至機場接機，簡述接機方式(集合地點、校方連繫人員)：

V 自行前往至某處會合，簡述如何自行前往(所花時間、費用)

從機場坐地鐵到學校要 2 小時約 10 塊人民幣

出發前所買之海外旅遊平安保險(種類、公司、金額、期限等)：

台壽買意外五百萬

保險：是否赴姊妹校後由校方協助辦理(國民健康保險 學生平安險 其他保險)

金額： (其他備註：)

簽證：辦理簽證所需天數、金額及特別注意事項(ex:護照、台胞證，是否準備影本等等)

台胞證

其他校方提供使用之服務：

V 校內 Wi-Fi 之提供(是否有特定場所之使用，請列舉：宿舍 學校環境都有)

安排輔導人員(V 當地學伴 義工同學 輔導老師)

志願者幫忙處理交流生辦理手續之範圍程度簡述(如宿舍入住、電信、銀行開戶)：

我的學伴剛好不在仙林校區，都是自行去辦。

有無使用行動電話？公司與費率方案為何？

買中國移動月付 68RMB 一個月有 50G 方案

學校週邊生活機能，是否有下列設施：

1. 文具書店 無 V 有，簡述:圖書館內
2. 超級市場 無 V 有，簡述:學校內有好幾個教育超市想得到的幾乎都買得到
3. 百貨商區 V 無 有，簡述:可能要坐車出去遠一點才有約 30 分鐘到市區
4. 24H 便利商店 V 無 有，簡述:學校的羅森便利超商沒有 24 小時
5. 醫院 無 V 有，簡述:學校有校醫沒去過
6. 地鐵、公車站 無 V 有，簡述:大多坐地鐵比較多
7. 公園 無 V 有，簡述:附近的羊山公園
8. 電影院 無 有，簡述:不太確定
9. 體育場 無 V 有，簡述:學校有兩個體育場
10. 社區文化中心 V 無 有，簡述:
11. 其他：圖書館、KTV、其他娛樂場所 V 有，簡述:學校圖書館很大

國立臺北大學赴外交換生心得報告書

你(妳)可以留下給學弟妹助於生活方面之電話、E-mail 或其他聯絡方式：

(例如：學校、該校承辦人員、宿舍、駐外單位、國際交流社團等…)

mica890110@gmail.com

你(妳)所交換的姊妹校在你心中的印象(簡述 100 字以上、300 字以內)：

本來是要去上海財經大學跟華東師範大學，因不收應屆畢業生才去南京大學，一開始是茶學校排名蠻前面的，離上海也不遠才選擇南京大學，交換生也都安排在比較郊區的校區，想說可以清幽一點。

國立臺北大學赴外交換生心得報告書

交換心得感言 1500 字：

(例如出發前、抵達後一個月…回國後的感想，並附相關個人交換代表照片若干；另歡迎提供交換國家的申請交換之做法、經驗等以利國內之參考)

關於南大校園

南京大學目前有兩個校區一個位於市中心的鼓樓以及仙林校區，研究生多在鼓樓，本科生幾乎都在仙林，交換生被分配在仙林校區，南大的校園很~~大~~，平常可以腳踏車（哈囉單車）騎去上課或是校內有校巴可以坐一次 0.5 元人民幣，校園內有教育超市、瑞幸咖啡（咖啡成癮者們的愛店!）、飲料店、影印店、水果店、一堆食堂、文具店，在大陸的學校，幾乎什麼都是使用者付費!冷水、熱水（校園內的不用，但宿舍的要錢）、宿舍電費，都是要另外付費的，南大校園外圍有一區（和園）都是吃的，也有許多連鎖手搖和燒烤、串串，是大家聚會但又不想跑太遠的好去處!

出國前

必備品:個人用藥（胃藥、普拿疼、退燒藥、痠痛藥膏）、些許衣物、台胞證(超!級!重!要!在大陸一定要隨身攜帶!)、隱眼、自己習慣的化妝品及保養品、床單、枕頭套、被單等，可以先寄信詢問上一屆交換生或是詢問大陸學伴，是否有二手物品買賣的社團，然後可以先在裡面購買在大陸用的相關民生用品(如:衣架、床墊、檯燈、吹風機、洗衣籃等)

在台灣先換好足夠的人民幣，到時候存錢是要直接存人民幣，但在大陸換錢比較麻煩，所以建議先在台灣備妥人民幣，到大陸後可以開卡後直接存入;但若怕帶大把鈔票在身上會不安心，可以選擇帶個一兩張一百元人民幣在身上，等開卡後再請台灣或大陸的家人、朋友用匯款或轉帳的方式轉錢。通常會在抵達後一天去辦電話卡，所以到大陸後第一天如果擔心沒有網路的生活會影響到跟家人報平安或手機重度成癮者會受不了的，建議可以先買個 7 天的吃到飽中港卡（我個人沒有買室友有買），而且不用翻牆，一下飛機就可以使用囉（備註:大陸的電信是不會有吃到飽的選擇的，所以如果喜愛看 YT 或是網路用很兇的人要 克制一下了不然也可以用買流量的方式，如 1GB 多少人民幣這樣，不然超過流量是會降速的喔），電話卡我個人建議在校外的營業廳辦在學校辦 60 元人民幣一個月但其他交換生有在外面辦 19 元一個月，務必確定行李的重量，建議在家可以先量量有沒有超過航空公司規定的重量及長寬高。

住宿

交換生只會跟交換生同住，我們這屆女生住在公寓的二人間。宿舍房間裡有衛浴不用洗公共澡堂，每一個寢室內部都有裝熱水器，而費用須寢室成員自行協商分擔。冬天的時候會開暖氣（冷氣調成暖氣），但沒有很熱，如果怕冷的同學還是建議買電熱毯，冷的時候開電熱毯蠻舒服的，不過就是比較耗電，開冷氣或暖氣也一樣很耗電，宿舍的電費都不低，因為有熱水器的關係，後來為了省電，我們洗完澡都會把電閘關掉，隔天下課回來才會開熱水器，大概煮一到兩小時之後才有熱水洗。

生活環境

國立臺北大學赴外交換生心得報告書

1. 超市：南大仙林校區內生活機能非常完善，超市有羅森超市（像台灣的 711）、書店以及兩間教育超市（一間在一組團，另一間在四組團）。校外南大和園那邊也有一家超市。
2. 打印服務：影印店有兩三家，羅森超市附近。此外，還有間眼鏡行，據說價格很公道。
3. 快遞：這邊的快遞真的很方便，我們住在 24 棟，四組團那邊就有菜鳥可以拿包裹和退貨，退貨還可以選擇到宿舍樓下收，非常方便。快遞站旁邊新開了一間洗鞋店，收費大概是 26 到 30 人民幣覺得比台灣划算，而且買券還有優惠。
4. 食堂：南大校園裡有多個食堂可供選擇，在我們剛到沒多久，十二食堂新開幕，十二食堂裡有港式雞蛋仔車仔麵，但是價格上跟外面商場差不多，沒有很便宜，便宜的有酸辣粉，五谷魚粉（很像米線），還有一間咖哩蛋包飯有常常很多人，遇到中午吃飯時間食堂總是人滿為患，建議大家如果沒有課或是早下課，可以提早去吃或是晚一點吃，才不會排隊要等很久。

在南大仙林校區，雖然偏僻了一點，但是也格外清幽，沒有像市中心那樣車水馬龍人滿為患，更可以專心的讀書或是吃完飯後在南大校園散步，南大也有兩個大操場，可以運動也可以散散步，健身房以及羽球場都可以預約，在學期間真的要好好利用免費的場地，出了校園出去打羽球場地費是真的很貴呢！我室友還為了運動買了球拍我們幾乎每天晚上都會去打一小時，打完都身心舒暢。建議有打球的球友，可以自己帶球拍以及羽球鞋去南大唱打喔～



這都是菜鳥驛站，拿包裹的地方

國立臺北大學赴外交換生心得報告書



這是南大的體育館，預約打羽球的地點

國立臺北大學赴外交換生心得報告書

※心得報告書及所提供之照片將做為國際事務處上傳至網路提供學弟妹分享資料以及作為國際事務處各項行政業務之素材，請同學勿提供不宜照片